



Bonjour à tous,

L'équipe du CRD-Ateliers vous invite au tout premier atelier de la saison 2010-2011

Celui-ci aura lieu le 24 mai 2010 à Eugène Lalonde et se tiendra sur une demi-journée.

Description de l'atelier "Évaluation Physique"

Ce premier atelier est une évaluation de la condition physique et il s'adresse à tous les patineurs de l'équipe de développement (à l'exception des patineurs du Patinage Plus), à tous les patineurs de compétition et aux patineurs qui participeront à des compétitions provinciales en 2010.

Les spécialistes de l'activité physique s'entendent pour dire que les athlètes qui développent de bonnes aptitudes physiques générales obtiennent de meilleures chances de se rendre à un niveau d'excellence.

Il est donc important de favoriser un développement global des patineurs, car cela leur sera bénéfique peu importe leur choix d'avenir.

Les patineurs participeront donc à divers test sur glace et hors glace dans le but d'établir le profil de leurs capacités physiques de base. Suite à l'évaluation, chaque patineur recevra un carnet faisant état des résultats.

Le carnet contiendra aussi une analyse des résultats ainsi que des recommandations de se qui pourrait être travaillé pour améliorer les performances.

L'évaluation se fera en collaboration avec la faculté d'éducation physique et sportive de l'Université de Sherbrooke et les patineurs auront la chance d'être encadré par des entraîneurs et des futurs kinésiologues.

Afin de former les groupes, nous aimerions avoir une confirmation de présence positive ou négative au plus tard le 17 mai prochain.

**Il est à noter que pour cet atelier, les groupes seront faits par âge et non par catégorie.

Frais d'inscription pour l'atelier "Évaluation Physique"

Patineurs de compétition : 30.00\$

Patineurs de l'équipe de développement : 30.00\$

Payable par chèque libellé au nom de ARPAE-CRD,

Faire parvenir au

4240 Papineau

Lac Mégantic, QC G6B 3E7

Att: Manon Bonin

ou payable sur place le 24 mai

- ❖ *Prendre note que pour les patineurs de l'équipe de développement 2010-2011 un formulaire détaillé sur les autres ateliers à venir vous sera acheminé très bientôt.*
- ❖ *Nous avons ajouté cette année à notre sélection des patineurs de niveau pré-préliminaire, intermédiaire et juvénile*
- ❖ *Cette année encore le programme comprendra 5 ateliers (incluant celui-ci) pour les patineurs Star, Pré-juvénile et juvénile*
- ❖ *Pour les patineurs du Patinage Plus dépistés, le programme comprendra 2 ateliers.*
- ❖ *Pour les autres ateliers les patineurs seront regroupés selon leur niveau de patinage.*

SVP veuillez confirmer :

- ***votre présence ou absence***
- ***et indiquer si paiement par la poste ou sur place***

Téléphone : Manon Bonin 819-583-4334 ou

Courriel : minnie-mb@axion.ca

Manon Bonin

Responsable CRD-Ateliers

Pour informations

Manon Bonin 819-583-4334

Lucie Bouffard 819-837-2223

Voici la liste des patineurs de l'équipe de développement 2010-2011 :

Catégorie Patinage Plus : dans l'équipe pour 2 ans

😊 Emmy Beaudoin	CPA Lac-Mégantic
😊 Laurie Doyon	CPA St-Sébastien
😊 Leah Favreau	CPA Lac-Mégantic
😊 Léa Labonté	CPA Lac-Mégantic
😊 Victoria Lamontagne	CPA East-Angus
😊 Laurence Leblanc	CPA Sherbrooke
😊 Karèle Lessard	CPA Lac-Mégantic
😊 Marianne Stein	CPA East-Angus
😊 Anne-Charlotte Tanguay	CPA Sherbrooke
😊 Frédérique Verpaelst	CPA Sherbrooke

Catégorie débutant: dans l'équipe pour 2 ans

😊 Mahée Fillion	CPA Magog
😊 Rosemarie Ladouceur	CPA Magog
😊 Christopher Nieman	CPA Sherbrooke
😊 Camille Perreault	CPA Magog
😊 Sophia Verroneau	CPA Coaticook
😊 Marylian Barbosa	CPA Sherbrooke
😊 Angèle-Émilie Bérubé	CPA Sherbrooke
😊 Carolanne Bolduc	CPA St-Sébastien
😊 Tanya Bussièrès	CPA Lac-Mégantic
😊 Alicia Caron	CPA Sherbrooke
😊 Alyson Casavant	CPA Sherbrooke
😊 Juliette Fillion	CPA St-Sébastien
😊 Séléna Fortin	CPA Sherbrooke
😊 Monica Fortin	CPA St-Sébastien
😊 Paméla Gagné	CPA Lac-Mégantic
😊 Valérie Gilbert	CPA East-Angus
😊 Rosalie Ménard	CPA Sherbrooke
😊 Saskia Prévost	CPA East-Angus

Pré-préliminaire et intermédiaire : dans l'équipe pour 1 ans

😊 Megane Beauchesne-Pinard	CPA Sherbrooke
😊 Rosalie Homan-Provencher	CPA Magog
😊 Lana Benko	CPA Sherbrooke
😊 Lauréanne Gamache	CPA East-Angus
😊 Cloé Marceau	CPA Sherbrooke
😊 Lauren Plamondon	CPA East-Angus
😊 Justine Provencher	CPA Sherbrooke

Sans limite : dans l'équipe pour 1 an

😊 Stéphanie Bernier	CPA St-Sébastien
😊 Sophyanne Lapierre	CPA Lac-Mégantic
😊 Éve Lister	CPA East-Angus
😊 Sarah-Maude Mercier	CPA Lac-Mégantic

Pré-juvénile, juvénile : dans l'équipe pour 1 an.

😊 Sarah-Maude Blanchard	CPA Sherbrooke
😊 Daphnée Bolduc	CPA Sherbrooke
😊 Camille Cantin	CPA Sherbrooke
😊 Audrey Desrochers	CPA East-Angus
😊 Rosemarie Gauthier	CPA Sherbrooke
😊 Maude Jeanson	CPA Sherbrooke
😊 Amélie Provencher	CPA Sherbrooke
😊 Camilia Roy	CPA Magog
😊 Tessa Sarret	CPA Sherbrooke
😊 Maxym Stannett	CPA Sherbrooke
😊 Maude Talbot	CPA Lac-Mégantic
😊 Audrey Vaillancourt	CPA Sherbrooke
😊 Daniel Villeneuve	CPA Sherbrooke

Dépistés 2008-2009 : dans l'équipe pour 1 an:

😊 Pier-Alexandre Caron	CPA Sherbrooke
😊 Yasmina Gosselin	CPA St-Sébastien
😊 Alexia Lapointe	CPA Coaticook
😊 Anaëlle Mercier	CPA Lac-Mégantic
😊 Ariane Rosa	CPA Lac-Mégantic
😊 Laurence Rosa	CPA Lac-Mégantic
😊 Léane Rosa	CPA St-Sébastien
😊 Amélie Prévost	CPA East-Angus
😊 Myriam Robert	CPA St-Sébastien
😊 Émilie Quirion	CPA Sherbrooke
😊 Miryam Therrien	CPA Lac-Mégantic
😊 Félix Thibault	CPA Richmond
😊 Justin Thibault	CPA Richmond

Ces 65 patineurs seront invités à faire partie de notre Équipe régionale de développement 2010-2011